



Jangan sampai salah langkah!

Makanan tambahan kolagen semakin mendapat tempat di hati masyarakat memandangkan khasiatnya dikatakan mampu mengembalikan keanjalan dan mencerahkan kulit. Namun, tahukah bahawa kolagen boleh menjadi pembunuh dalam senyap?

Di pasaran, terdapat pelbagai produk dengan kandungan kolagen yang dijual sehingga 20,000Mg.

Pengambilan kolagen dalam kuantiti banyak boleh memberikan kesan kepada fungsi hati dan buah pinggang yang akan menyebabkan kegagalan kepada fungsi kedua-dua organ penting ini.

Pastikan, jangan tersalah langkah, lihat dahulu kondisi kandungan dan lebih penting dapat nasihat daripada pakar.

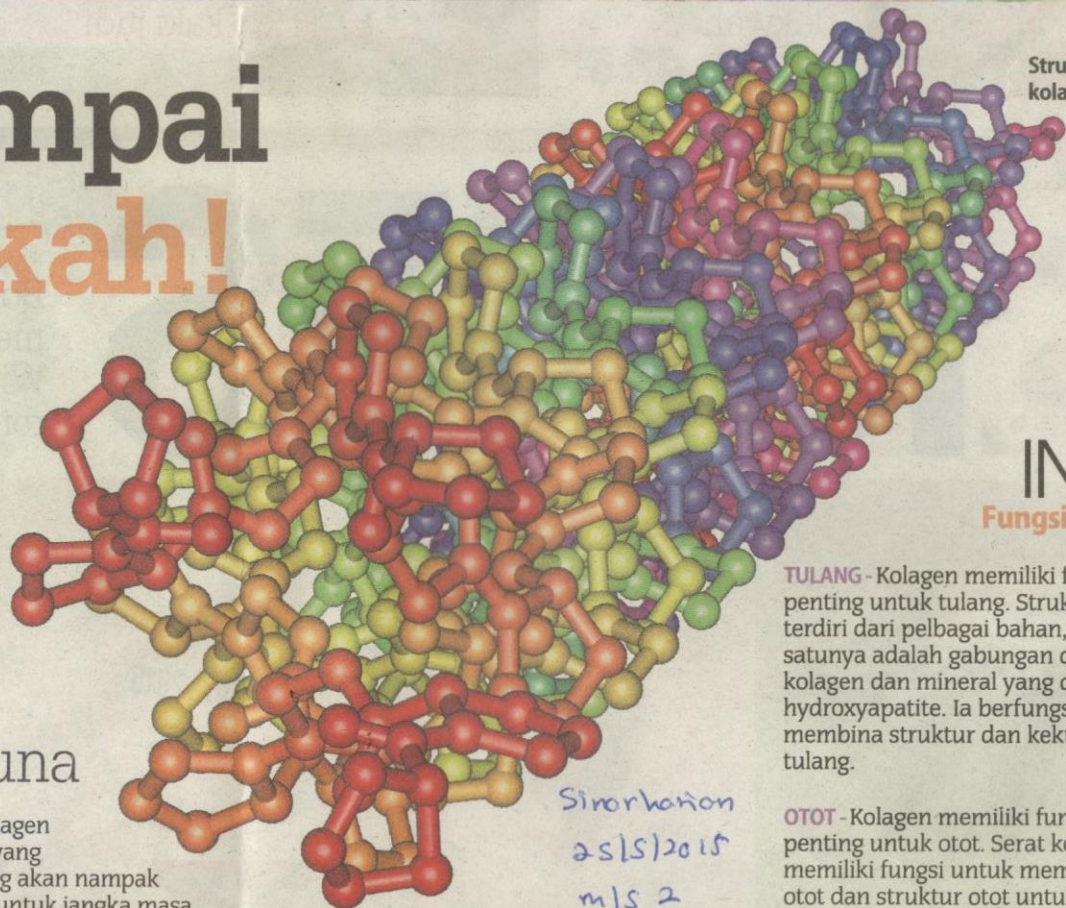
PPIM terima aduan pengguna

PERSATUAN Pengguna Islam Malaysia (PPIM) menerima aduan mengenai produk makanan tambahan seperti kolagen yang dibeli tidak memberikan hasil seperti dijanjikan.

Ketua aktivasnya, Datuk Nadzim Johan berkata, keadaan itu seolah-olah menipu pengguna untuk membeli produk tersebut.

berasaskan krim kolagen meletakkan bahan yang merbahaya. Memang akan nampak kesan positif tetapi untuk jangka masa panjang ia akan menyebabkan masalah kulit," katanya.

Katanya, pengguna perlu peka dengan kandungan dalam makanan tambahan diambil dan tidak terlalu mempercayai



Struktur kolagen

INFO Fungsi kolagen

TULANG - Kolagen memiliki fungsi penting untuk tulang. Struktur tulang terdiri dari pelbagai bahan, salah satunya adalah gabungan daripada kolagen dan mineral yang dinamakan hydroxyapatite. Ia berfungsi untuk membina struktur dan kekuatan tulang.

OTOT - Kolagen memiliki fungsi penting untuk otot. Serat kolagen memiliki fungsi untuk memperkuat otot dan struktur otot untuk pergerakan otot setiap hari. Serat kolagen banyak terdapat di otot rangka.

PEMBULUH DARAH - Kolagen memiliki fungsi penting dalam struktur

sendiri yang menjual produk.

"Pengguna perlu tahu sesuatu produk sesuai atau tidak sebelum membelinya walaupun yang menjual adalah kenalan kita sendiri," katanya.

Sinarharian
25/5/2015
m/s 2

...buat.
"Pada kebiasaannya harga untuk produk kolagen itu mencecah ratusan ringgit dengan menjanjikan bahawa ia akan memberikan hasil menakjubkan.

"Tetapi ada yang datang kepada kami menyatakan mereka ditipu setelah membelanjakan ratusan ringgit, tetapi hasil yang diperoleh tidak memuaskan," katanya.

Menurutnya, tidak semua pengeluar produk makanan tambahan menipu pengguna sebaliknya ada segelintir cuba mengaut keuntungan dengan cara mudah.

"Mereka (pengeluar produk) perlu wujudkan satu persatuan dalam kalangan mereka supaya wujud etika dalam setiap pengeluaran produk dan tidak mengambil kesempatan menjual dengan harga tinggi.

"Terdapat juga pengeluar produk

...ambil dan tidak mereka sediakan promosi yang dibuat syarikat pengeluaran produk makanan tambahan.

"Kadang-kadang yang datang untuk jual produk itu adalah rakan-rakan sendiri ataupun daripada kalangan keluarga

“Tetapi ada yang datang kepada kami menyatakan mereka ditipu setelah membelanjakan ratusan ringgit, tetapi hasil yang diperoleh tidak memuaskan.”

- Nadzim Johan



fungsi penting dalam struktur pembuluh darah. Kolagen memiliki fungsi dalam membentuk dinding pembuluh darah vena, arteri dan kapilari. Kolagen memiliki fungsi untuk memperkuat pembuluh darah, menjaga struktur dan kelenturan pembuluh darah.

KULIT - Salah satu fungsi kolagen yang terbesar adalah sebagai penyokong kulit. Menurut penyelidik dari Universiti Pennsylvania, 80 peratus berat kulit kita terdiri daripada kolagen. Kolagen menyediakan struktur ke kulit yang bekerjasama dengan protein lain yang dinamakan elastin dan berguna untuk membuat kulit lebih anjal.



Rosakkan organ dalaman

MAKANAN tambahan seperti kolagen jika diambil secara berlebihan bakal mengundang risiko terhadap sistem dalam badan.

Pakar Toksikologi, Keselamatan dan Terapi Makanan Jabatan Sains Nutrisi, Universiti Islam Antarabangsa Malaysia, Dr Norazlan Shah berkata, kesan pengambilan kolagen tanpa had tidak akan dilihat serta-merta sebaliknya, pada jangka masa panjang jika digunakan secara berterusan.

"Apabila produk dengan kandungan kolagen masuk dalam badan, ia akan diproses di hati dan dipecahkan kepada molekul kecil.

"Jika diambil berlebihan, ia memberikan beban kepada hati yang perlu bekerja keras memproses bahan tersebut,"

katanya.

Katanya, selepas selesai proses di hati, kolagen akan diangkut dalam darah untuk dihantar ke seluruh badan.

"Kolagen akan diuraikan kepada asid amino dan diangkut melalui darah ke kawasan diperlukan seperti otot dan kulit.

"Lebih kolagen pula tidak boleh disimpan di dalam badan sebaliknya perlu dikumuhkan keluar melalui air kencing dan najis," katanya.

Katanya, pengguna berisiko mengalami kerosakan sel hati.

"Suplemen ini tidak mengandungi kolagen semata-mata, tetapi berkemungkinan ada pengawet digunakan bagi memastikan produk itu stabil," katanya.

Dr Norazlan Shah berkata, proses ini berlaku di buah pinggang dan jika dikumuhkan secara berlebihan, sel buah pinggang akan rosak dalam

jangka masa panjang.

Beliau menasihati pengguna supaya mendapatkan konsultasi daripada pakar perubatan sebelum mengambil kuantiti kolagen yang sesuai.

"Daripada segi kuantiti kolagen, biasanya wanita memerlukan lebih berbanding lelaki kerana ia mudah dicerna dalam tubuh," katanya.

Katanya, pembaziran berlaku jika badan tidak memerlukan banyak kolagen tetapi ia diambil tanpa mendapatkan sebarang nasihat pakar.

"Sekiranya ingin mencuba kolagen, pengguna perlu menyedari industri suplemen ini tidak dipantau. Kandungan kolagen dan keberkesanan sesuatu produk sukar diketahui.

"Dari sudut perubatan, pengambilan kolagen sebenarnya adalah suntikan yang bukan melalui salur darah tetapi dimasukkan di bawah lapisan kulit (filler)," katanya.